



OTTANT'ANNI dalla A alla Z  
**NOIDONNE**  
la storia di ieri e di oggi

## PER UN DIZIONARIO DELLE PAROLE DI IERI E DI OGGI

**Sono arrivate tante, tante parole:  
le potete leggere qui di seguito.**

Ringraziamo tutte per la partecipazione spontanea e bellissima.

Il *nostro* dizionario sarà pubblicato nel numero speciale di NOIDONNE che distribuiremo gratuitamente lunedì 24 marzo 2025 a Roma in occasione della presentazione dell'Archivio storico del giornale interamente digitalizzato.

### A

#### **ABBRACCIO**

Quando si facevano manifestazioni durante le canzoni ci si abbracciava. A volte l'abbracciarsi creava una certa diffidenza e distorte interpretazioni. Ci sono persone che abbracciano spontaneamente, ma non tutti sono disponibili all'abbraccio. Spesso le persone tengono le distanze. Oggi vediamo difficoltà a comunicare attraverso il corpo. In situazioni di amicizia si cerca di avvicinarsi di più perché questo spezza la distanza. Mantenere la distanza ad alcune donne è richiesto perché può essere male interpretato dall'altro, soprattutto nel mondo maschile. Oggi i ragazzi sembrano essere un po' più liberi rispetto all'uso del proprio corpo. Gli adolescenti hanno fasi di crisi d'identità. Nella nostra generazione era più definito il maschile/femminile. Oggi hanno più difficoltà a capire che tipo di uomo e che tipo di donna vogliono essere, perché hanno messaggi ambivalenti. Noi questo problema non ce lo siamo poste. *Collettivo Lilith*

#### **ABUSO**

È una parola che pesa solo al pronunciarla. Lo si percepisce già dal suono cupo delle consonanti che ingoiano le vocali a seguire. È il ricordo molesto di due mani d'orco che frugano voraci e rubano i sogni a una bambina nel cuore della notte. È il suono intimidatorio d'una voce grossa che grida: "Stai zitta!", "Sei una puttana!", "Non vali niente!", alla donna che giura di amare. È l'eco d'un pianto ricattatorio di chi ti prega di non lasciarlo (o si ucciderà); di smettere di vedere le tue amiche (se no non lo ami abbastanza); di lasciare il lavoro (ché tanto ci pensa lui a te); di occuparti tu delle faccende di casa (ché, in fondo, "nessuno sa farlo meglio"). È il controllo costante d'uno Stato che

legifera sui corpi delle donne, come fossero oggetti di proprietà collettiva, e quel senso di colpa che va instillandosi come un cancro nella coscienza di chi è vittima. Se siamo oggi è perché abbiamo imparato a (ri)conoscerlo, l'abuso. A pronunciare, finalmente, l'impronunciabile. A non confonderlo mai (più) con l'amore. *Giulia Biddau*

## **AGRICOLTURA**

Parola senza tempo, seppur in eterna evoluzione nella sua applicazione. L'arte di lavorar la terra, dai molteplici colori e spessori. Terra madre di vita vegetale e balia della vita animale e umana. Agricoltura mondo, già, di contadine e contadini, di coltivatrici e coltivatori e imprenditrici, imprenditori, braccianti, e anche schiavi del potere. Donne e uomini che sanno e che per primi vedono, sentono, annusano, conoscono, soffrono, il mutare, cambiare, modificarsi, stravolgersi delle stagioni. Il clima cambia, la terra si inaridisce. Agricoltura levatrice di cibo che ci garantisce vita. Luogo femminile dai tempi più lontani, quando l'uomo s'allontanava per la caccia e le donne pazienti scoprivano le piante, selezionavano quelle commestibili e riproducevano semi. Quei semi hanno garantito l'alimentazione all'umanità da sempre e per sempre. L'acqua sposa la terra, si uniscono e fertilizzano il suolo, così crescono: orti, vigne, ulivi, fiori, alberi da frutto, foreste. Uomini e donne al lavoro, a coltivare per altri, per sé. Agricoltura lavoro eterno, difficile, poco conosciuto e riconosciuto, misconosciuto, forse, perché dato per scontato. Un'arte complessa e affascinante l'agricoltura, il cui destino immutato nel tempo è garantire nutrimento e non solo a tutto e in tutto il mondo. *Paola Ortensi*

## **AMARE**

Amare è la Parola! La parola che le comprende tutte... È il Verbo che ci muove a fare ogni cosa, ogni scelta in questa nostra Vita. 'Amare' Noi stesse e MadreTerra con tutte le sue Creature. Noi siamo Natura e Cultura. 'Amare' è Libertà, è Dignità, è Rispetto, è Indipendenza, è Responsabilità. 'Amare' è Pace, è Lavoro, è Cura, è Compassione, è Coraggio, è Conoscenza... a volte è Sacrificio e Dolore. Sempre è Cuore, Passione, Resistenza e Desiderio... che muove le Montagne. Amare è l'unica Zattera che da un Senso a questo nostro Viaggio... Che ci permette di traghettare, di Attraversare questa Vita... magari anche con un po' d'Ironia... per evitare di farci male. *Antonella Doria (poeta!?)*

## **ASCOLTO**

Ascoltare le parole dell'altro/a ma anche il silenzio. Ascoltare per riflettere, ascolto come aiuto in un rapporto paritario. Ascoltare per allargare i propri punti di vista, ascolto senza pregiudizio. Ascolto empatico, ascolto come attesa per esprimere le proprie idee. Ascolto come approccio metodologico per aiutare le donne maltrattate. *Rita Giannetti*

## **AUTODETERMINAZIONE**

A volte la situazione socio-economica-familiare porta a fare scelte che non sono proprie, ma è importante sapersi ascoltare per determinare e perseguire i propri obiettivi, anche se i ruoli sociali, che ancora oggi la donna ha, non sempre permettono l'autodeterminazione. *Collettivo Lilith*

## **AVVENIRE e AZIONE**

L'azione è indispensabile per attuare progetti per l'avvenire/futuro e quindi passare dalle parole ai fatti. L'azione è importante soprattutto per il momento sociale che stiamo vivendo all'interno della società per un avvenire migliore anche per le nuove generazioni. *Collettivo Lilith*

# B

## **BAMBOLE** di carta

Giocavamo con le bambole di carta stampate su cartoncino e ritagliate. Noi tre sorelle giocavamo con quelle dipinte da me, inventando storie e personaggi, racconti a puntate. Antesignani delle future soap opera. *Carla Cantatore*

## **BOTTE**

Vorrei che fosse solo parola femminile singolare, che contiene vino o altre bevande, magari un po' inebrianti, e mai parola plurale. *Alma Saporito*

## **BOOM**

Si studiava come il propulsore di una vita dinamica che aveva permesso ai genitori di iniziare il loro sogno di una casetta/famiglia. È invece una detonazione distruttiva di un mondo che ha dimenticato la natura e l'ha messa nel frullatore. *Patrizia Sambuco*

# C

## **CAMBIAMENTO**

Forza positiva e attiva nei confronti di se stessi e della propria vita. Fermati e domandati come stai, se sei felice... è il primo passo per cominciare a farlo, non c'è limite di età! *Aliria*

## **CANTO**

Modulazione vocale di parole intonate alla propria condizione umana e lavorativa, narranti malessere e ingiustizie e desideri e speranze, come ad esempio un tempo le mondine lavoratrici che, a schiena spezzata nell'acqua putrida, cantavano cercando coraggio, diritti e civiltà. *Valeria De Cubellis*

## **CLITORIDE**

Ovvero l'Inspiegabile Mistero dell'Invisibilità. C'era una volta, in un regno lontano chiamato Scienza Patriarcale, un piccolo organo che visse per secoli nell'ombra, ignorato dai libri di anatomia. Con 8.000 terminazioni nervose, il doppio di quelle del pene, la clitoride ha un'architettura molto complessa eppure nessuno la studiava, nessuno la nominava. Logico! Con una sessualità femminile incentrata sulla funzione riproduttiva alcuni medici asserirono che "non serviva a niente". Fino a quando nel 1998 (!) la scienziata Helen O'Connell non decise di studiarla seriamente. Dietro la "perla" scoprì un'intera struttura interna, lunga fino a 9 cm, che avvolge la vagina in un abbraccio fatale ed ha come unico scopo di vita il piacere. Altro che punto G!

*Eleonora Cucina*

## **COGNOME**

Il cognome ci identifica nella nostra vita sociale, eppure della nostra identità di italiani e italiane fa parte – salvo poche eccezioni – avere un solo cognome, quello di nostro padre. La Corte costituzionale italiana ha dichiarato solo nel 2016 l'illegittimità dell'attribuzione alla nascita del solo cognome paterno, un ritardo clamoroso rispetto al riconoscimento del principio di pari dignità sociale e rispetto alle normative degli altri Stati europei. L'imposizione del solo cognome paterno è stata una norma così potente da essere sottintesa, e la discriminazione che porta con sé è talmente radicata nella nostra cultura da essere invisibile. Una discriminazione che veniva già denunciata da Olympe de Gouges nel 1791 e nel manifesto di *Rivolta femminile* nel 1970: "il diritto della donna è stato ambito da altri di cui è diventato il privilegio". Io ho voluto aggiungere il mio cognome materno per rispettare la mia identità e quella di mia madre, per rivendicare il diritto delle donne ad

esistere nella società. E ho voluto raccontare la mia storia e la storia del doppio cognome in Italia in un libro per stimolare una riflessione che ha disperatamente bisogno di essere fatta. “*C’è ben altro a cui pensare!*” oppongono tanti e tante purtroppo. Nulla è mai importante: la scarsa presenza delle donne nelle posizioni apicali del lavoro, la disparità salariale, la declinazione di genere delle professioni, la diseguale divisione dei lavori (lavori!) domestici, le “battute” sessiste, la pubblicità che mercifica il corpo femminile, le molestie sul luogo di lavoro, la colpevolizzazione delle donne che denunciano una violenza, la derubricazione delle violenze maschili a “goliardate”, il doppio cognome e il cognome maritale... Nulla è importante. E invece ciascuno di questi mattoni costituisce le fondamenta della millenaria discriminazione che ancora oggi condanna a morte le donne che coraggiosamente escono dal “proprio posto” e rivendicano i propri diritti. *Maria Dell’Anno Sevi*

### **COMMUOVERSI**

Verbo non frequentato fino a quando non solo ho cominciato a piangere quando ho visto film ad “alta densità emotiva”, ma anche ai matrimoni e alle lauree dei miei ex alunni, come se fossi una parente. Mio figlio dice che è l’età, ma io dico che ci ho guadagnato. *Amelia Bilzi*

### **COMPAGNIA**

Vorrei un ritorno al passato nelle relazioni umane, con incontri, ascolto, sostegno, confronto. Vorrei più tempo per stare insieme agli altri, con fiducia e solidarietà. *Compagnia* è una parola che da troppi anni è in agonia, sopraffatta dall’individualismo. Al suo posto avanza l’isolamento. Io desidero e spero che s’inverta la rotta e che tutte e tutti possano godere di una compagnia appagante, ogni giorno. *Carmelina Metropoli*

### **COMPASSIONE**

Ci viene incontro, per spiegare questa parola, l’etimologia: *cum-pathos* in latino e *συμπάθεια* in greco. Un sentimento che ha a che fare con il pathos, l’angoscia, il patimento, la sofferenza dell’altro. È più della comprensione, più della stessa empatia, è mettersi nei panni dell’altro quando soffre. È esserci, connettersi con l’altro, conoscere il suo dolore e in qualche modo farsene carico. È fare un pezzo di strada insieme, è inclusione, è dividere un cuore in due. È un sentimento profondamente umano che ha radici molto antiche. Si declina con la pietà, la pietas romana, Enea uomo pio per eccellenza (non riesce a provare compassione per Didone), ma anche le “pie” donne ai piedi della croce, la compassione di Cristo per i deboli e i diseredati. Ma è un sentimento desueto. Oggi è possibile la compassione, sopraffatti come siamo dalle tante sofferenze che ci arrivano da lontano distraendoci da quelle più vicine? Ci vergogniamo di essere compassionevoli? Eppure è un sentimento nobile e catartico che fa leva sul cambiamento e può contribuire al superamento dello stato doloroso, capace di creare legami molto intimi senza pretendere nulla in cambio. *Costanza Porro*

### **CONCETTI**

La prima copertina che ho realizzato negli anni '90 per NOIDONNE ritrae una ragazza trafelata che fruga nei cassetti di un mobile rosso e ammette a sé stessa di avere i concetti in disordine. Cerchiamo di mettere ordine ai concetti essenziali per la nostra vita. *Cristina Gentile*

### **CONOSCENZA**

È importante che le donne sappiano la storia delle donne e la loro lotta. *Ginevra Cristofari*

### **CONTROMANO**

Vuol dire andare in direzione opposta a quella stabilita dai regolamenti ed è una parola importante della mia vita e lo sarà per sempre perché per me ha un significato particolare, perché mi ha cambiato la vita. Ogni volta chiudo gli occhi rivedo la mia vita come un film, Una vita contromano, il mio libro, e ogni esperienza bella l’ho vissuta “contromano”. Contromano anche la morte di mio

figlio Roberto. Ora tutto parlerà di noi amore mio! Ogni uomo che vive contromano, che nuota contro la corrente ne conosce la forza. Mi dicono che sono una donna con una gran forza! *Anna Murante*

## **CORAGGIO**

Coraggio è la parola che meglio rende il senso dell'esperienza storica delle donne, la chiave necessaria per entrare da soggetti liberi e responsabili nelle relazioni interpersonali e nella polis, cioè in tutto quel mondo costruito dagli uomini a loro misura. Ce ne è voluto di coraggio alle tante che hanno singolarmente o collettivamente contrastato la cultura patriarcale dentro e fuori casa. I costi sono stati e sono alti, spesso altissimi: riprovazione sociale, solitudine, ricatti, calunnie, botte, prigione, manicomio e persino la morte. Il giornale Noi Donne ha accompagnato sin dall'inizio con passione e lungimiranza le lotte delle donne dell'Udi e continua ancora oggi a dare voce allo sguardo critico delle donne sul mondo, al loro desiderio di libertà, di pace, di giustizia. Gli Ottanta anni di Noi Donne sono perciò innanzitutto una grande storia di coraggio, il coraggio di dire verità intimamente radicate nella esperienza femminile e capaci di mettere a nudo la pericolosità sociale e morale del modello maschile tradizionale, ostinatamente e drammaticamente vivo. La lotta perciò continua, deve continuare. Auguri sinceri ed affettuosi al giornale e a chi ci lavora, alla sua futura strada che, come sempre, sarà percorsa con generosità, lucidità e tanto coraggio. *Rosanna Marcodoppido*

## **CORPO**

Ogni corpo è valido. Non esiste un corpo giusto, da migliorare, da sistemare, da rimodellare, da smagrire, da depilare, da rifare: siamo già perfetti, finiti, completi e validi. Ogni corpo: donna, uomo, trans, gay, lesbico, queer. Neri, bianchi, disabili, ginecologici, senza gambe o con il naso pronunciato, con la pelle flaccida, i rotoli di grasso sulla pancia, con le occhiaie, truccati e luminosi. Corpi giovani, corpi vecchi. Corpi desideranti, capaci di occupare lo spazio che possono, corpi che non fanno male, che non violentano e non ammazzano. Corpi pieni di dignità e legittimità. Corpi capaci di amare, di creare, di fare, pensare, abbracciare, scaldare. Ogni corpo libero è perfetto. *Cristiana Gardiman*

## **CULTURA**

Strada da percorrere per ottenere la Libertà. *Rosa Angela Mondelli*

## **CUORE**

Il cuore delle donne è stato meno studiato dalla scienza. La medicina di genere nasce per colmare questo divario e superare il cosiddetto approccio "a bikini" alla salute della donna, con l'obiettivo di ottenere cure più appropriate e personalizzate. Le donne, protette dagli ormoni sessuali fino alla menopausa, diventano sempre più consapevoli del loro rischio cardiovascolare.

Diffondere la cultura sulle differenze di genere nelle malattie cardiovascolari contribuisce a promuovere la salute creando vantaggi sia per i pazienti che per il Sistema Sanitario Nazionale.

*Dssa Maria Pia Donataccio - MD PhD - Medica specialista in Cardiologia*

## **CURA**

Attenzione, l'attività di dedicarsi con impegno e dedizione a qualcosa o a qualcuno. Il carico del lavoro di cura, per secoli associato al lavoro gratuito svolto dalle donne, ad oggi non è ancora equamente distribuito all'interno della società né adeguatamente retribuito. *Elena Bellini*

## **CURA**

Se in tutto il mondo tutti i generi fossero impegnati a proporre la cura dell'altro/a come possibilità di miglioramento delle relazioni, forse le guerre e gli immensi guadagni ad esse legate, finirebbero. Lentamente, ma finirebbero. *Maria Inversi*

## **CURA**

Lo stereotipo che affida alla donna il ruolo di cura discende dalla negazione di qualunque altro ruolo, specialmente pubblico (fuori di casa/dalla famiglia). Il corollario è la pretesa gratuità di tale lavoro, cui si deroga se svolto a favore di persone a cui non siamo legate da sangue/affetto (o se svolto da uomini). Occorre esser consapevoli che il ruolo di cura ha comunque a che fare anche col potere (anche quando non porta denaro e, soprattutto, quando è l'unico potere che ti lasciano esercitare). Curare significa avere a cuore, volere *il bene di*, assistere, sostenere, incoraggiare, comprendere qualcuno oppure mantenere e migliorare qualcosa. Non significa fare le cose al posto di qualcuno, gratificate dal fatto che, per alcuni aspetti, percepiamo la sua dipendenza da noi; non significa pagare il costo di scelte altrui, rinunciare alla cura di sé, ecc. La CURA è un POTERE (quindi una possibilità/facoltà) da esercitare scegliendo sempre SE, CHI/COSA e COME curare ed educando ogni individuo in formazione a fare altrettanto. *Valentina Danesin*

## **D**

### **DEPRESSIONE**

Quando ti picchia e ti dice che ti farà passare per matta. *Maria Toccaceli*

### **DESIDERIO**

Guardare le stelle, sentire ciò che manca, avere una o molteplici direzioni. Immaginare futuri possibili e impossibili dove la parità è la norma, dove non c'è sopraffazione di un genere su un altro, di un colore su un altro, di una classe su un'altra. Desiderare la giustizia per gli abitanti della terra, giustizia per animali umani e non umani, senza oppressione o violenza. Desiderare la pace che è possibilità di costruire una casa, di studiare e imparare, di far crescere le rose in giardino. Desiderare di non provare dolore, desiderare di vedere i propri figli felici. Desiderare il piacere e la gioia, del cibo buono che non ha visto sfruttamento di terra o lavoro, desiderare il sole e il vento, il sale del mare, il chiarore della neve la sera. *Cristiana Gardiman*

### **DIALOGO**

A volte ci sono difficoltà a dialogare ma è fondamentale alla base di ogni rapporto. L'ascolto attivo, lo scambio d'idee, l'accettazione dell'altro e il non giudizio sono indispensabili. Questo porta al raggiungimento della comprensione reciproca per la risoluzione dei problemi, rispettando le eventuali divergenze di opinione. Dovremmo ritornare a incontrarci di più e ad avere relazioni più sane. *Collettivo Lilith*

### **DIFFERENZA**

Come incessante differimento. Dis-Allineamento dal potere, dal canone, da un'idea preconstituita di norma, di verità di modi esistere. *Elvira Federici*

### **DIRITTI**

I diritti, dall'istruzione, al voto, al lavoro, alla libertà sessuale e alla libertà dall'ingerenza maschile, sono il frutto di lotte iniziate in Europa con la Rivoluzione francese, grazie all'attivista Olympe de Gouges, che nel 1791 pubblicò la Dichiarazione dei diritti della donna e della cittadina. In Italia l'emancipazione femminile inizia col Risorgimento (1815-1871). Nonostante la nobildonna veneziana Elena Lucrezia Corner, nel 1678, sia stata la prima donna laureata (Filosofia) al mondo, solo nel 1874 le donne verranno ammesse a licei, ginnasi e università e, dal 1882, potranno lavorare negli uffici pubblici, telegrafici e postali, nonché aprire le prime attività commerciali. Nel 1907 viene concessa la prima "licenza per la conduzione di veicoli" ad una donna, Ernestina Prola, e nel 1945 è esteso alle donne il diritto di voto. Un susseguirsi di leggi sanciranno la parità giuridica tra uomini e donne in famiglia e nel lavoro e vedranno le donne conquistare mansioni sempre più importanti dalla magistratura (1963), al

servizio militare (2000). Nel 2013 viene varata la legge n.119 contro il femminicidio e la violenza sulle donne, e nel 2019 il Codice rosso (legge 69) introduce una corsia privilegiata per le vittime di violenza. La strada verso la parità piena è ancora lunga e passa anzitutto per le opportunità lavorative, per un cambiamento culturale e dalla sorellanza, che vorrebbe le donne unite, piuttosto che in competizione. I tempi ci allarmano che i diritti non sono conquistati per sempre, tanto più se si considera che talvolta sono le stesse donne, in ruoli di potere, a volerne privare le altre donne. Le donne di potere, per i cui ruoli apicali dovrebbero essere grate alle conquiste femministe e femminili, sono spesso esse stesse vittime di ataviche regole maschiliste e patriarcali e conseguenti scopiazzamenti di modus operandi che, per prime, stentano a superare. *Floriana Mastandrea*

### **DISCRIMINAZIONE INTERSEZIONALE e parità retributiva di genere**

Nel maggio 2023 è stata approvata la nuova direttiva UE (2023/970) che rafforza l'applicazione della parità retributiva tra uomini e donne mediante migliori meccanismi di trasparenza salariale. La direttiva introduce il divieto di discriminazione intersezionale: “La discriminazione retributiva basata sul genere.... può ... implicare un'intersezione di vari assi di discriminazione o disuguaglianza qualora il lavoratore appartenga a uno o più gruppi protetti contro la discriminazione fondata sul sesso, da un lato, e la razza o l'origine etnica, la religione o le convinzioni personali, la disabilità, l'età o l'orientamento sessuale.... dall'altro. Le donne con disabilità, le donne di origine razziale ed etnica diversa comprese le donne rom e le donne giovani o anziane rientrano tra i gruppi che possono subire la discriminazione intersezionale. La presente direttiva dovrebbe pertanto chiarire che, nel contesto della discriminazione retributiva basata sul genere, dovrebbe essere possibile tenere conto ....di qualsiasi situazione di svantaggio derivante da una discriminazione intersezionale”. Non solo quindi il divieto di discriminazione di sesso, età, razza, religione, disabilità, orientamento sessuale e di discriminazione multipla nel caso di una somma di più discriminazioni - come già previsto nella legislazione italiana - ma anche la considerazione di una diversa fattispecie di discriminazione, risultante da un intreccio indivisibile di discriminazioni che non possono essere provate né trattate indipendentemente l'una dall'altra di cui la legge italiana e la contrattazione devono tener conto. Costituendo un aspetto che aiuta la trasparenza e dunque la parità retributiva, la proibizione di discriminazione multipla e intersezionale viene inclusa per la prima volta all'interno del quadro legislativo dell'UE e si spera possa avere future implicazioni positive anche al di là della parità retributiva, magari pure nei casi di discriminazione nelle assunzioni delle rom e di discriminazione indiretta nei luoghi di lavoro di cui sono vittime le donne islamiche che indossano il velo. *Mariagrazia Rossilli*

### **DISMORFOFOBIA**

Un'ombra si stende sulla contemporanea società dove il culto dell'immagine perfetta e la dittatura del corpo minacciano alcune importanti conquiste femminili, scavalcando qualsiasi limite d'età. Ossessive correzioni estetiche, vecchi e nuovi disturbi alimentari - anoressia e bulimia, ma anche ortorexia (ossessione del mangiare sano) binge eating (alimentazione incontrollata) bigorexia (maniaco preoccupazione per la forma fisica) - e poi sindrome di Grimilde e gerascofobia, rivelano una visione distorta del proprio aspetto esteriore (dismorfismo corporeo o dismorfofobia) che può condurre verso un'irreparabile non accettazione del sé. *Elisabetta Pandimiglio*

### **DISOBEDIENZA**

Di Eva contro l'ignoranza. E quindi per la libertà di sapere.

Di Eva che si rivoltò all'esser nata per la compagnia di qualcuno. E quindi contro Dio.

Delle suffragette che furono arrestate e non si arresero.

Di Angela Davis che fu arrestata e continuò a dire che il matriarcato nero non esiste.

Di Michela Murgia quando scriveva che il matriarcato non esiste perché è sempre patriarcato.

Delle attiviste del diritto al divorzio e all'aborto.

Di Franca Viola che per prima disse No.

Di tutte quelle che gridano MeToo.

Di Franca Viola contro il matrimonio riparatore.  
Di tutte le sorelle di Giulia contro il patriarcato.  
Di Carla Lonzi che sputava su Hegel.  
Di Helene Von Druskowitz che (dis)putava su Nietzsche e finì in manicomio per misandria.  
Di tutte le matite arse sul rogo o rinchiusi per troppo ragionare. E quindi delle filosofe.  
Delle filosofie, plurale femminista per essenza disobbediente.  
*Elisabetta Viti*

### **DISUBBIDIENZA/DISOBBEDIENZA**

Parola necessaria in ogni decade. 'Splendida virtù' per eccellenza nella meravigliosa accezione di Oriana Fallaci. "avrai da batterti per spiegare che il peccato non nacque il giorno in cui Eva colse la mela: quel giorno nacque una splendida virtù chiamata disubbidienza" (*Lettera a un bambino mai nato*). *Patrizia Sambuco*

### **DOLORE**

Per le scelte, per avere un lavoro sicuro, per lasciare a casa i figli e dover viaggiare per lavorare.  
*Maria Toccaceli*

### **DOPOGUERRA**

Avrà mai un inizio? *Rinaldo Petricca*

## **E**

### **EMANCIPAZIONE FEMMINILE**

L'emancipazione è un processo grazie al quale le donne, libere finalmente da interdizioni legali e sociali, possono intraprendere qualsiasi attività consentita e non essere più considerate soggetti incapaci, equiparate ai minori o ai malati di mente. Alle donne fino a meno di un secolo fa non era consentito votare, non potevano disporre di beni ereditati, né del denaro guadagnato col proprio lavoro, non avevano accesso a concorsi pubblici e a professioni. Questa oppressione della donna ha radici lontane, risale alla divisione dei ruoli e dei compiti: all'uomo il lavoro, alla donna la cura della casa e dei figli, all'uomo la sfera pubblica, alla donna la sfera privata. Finché la donna non è uscita fuori dall'ambito domestico, questa emancipazione non è stata impossibile. Oggi sono cadute molte di queste barriere legali e sociali, ma ancora non si è raggiunta la completa parità dei diritti e di opportunità di vita. Secondo il Global Gender Gap Report 2024 del World Economic Forum, dobbiamo ancora aspettare 134 anni per raggiungere la totale parità di genere a livello mondiale.  
*Livia Capasso*

### **EMPATIA**

Parola chiave in grado di aprire molte porte. È una vera e propria dote, e chi la possiede ha un contatto più profondo con il mondo sia materiale che spirituale. È strettamente connessa con le parole. ascolto, pace, solidarietà, comprensione e con le innumerevoli espressioni artistiche e creative umane. Non a caso è declinata al femminile. *Alma Daddario*

### **EQUILIBRISMO**

Corrente culturale fondata nel 2022. Nasce dalla ineludibile riflessione filosofica e scientifica sulla "complessità". I suoi principi vengono enunciati in un Manifesto articolato in 7 punti nei quali le forme alternative ai modelli rigidi nell'Arte e in ogni area della Cultura, consistono nella produzione interdisciplinare di nuove idee che attingano dalla Storia per ri-creare, in maniera originale, tra allineamenti e ribellioni. Il risultato è un'opera irripetibile, un'orma riconoscibile, di ogni singolo creatore. *Maria Antonietta Coccanari de' Fornari*



## **ESSERE**

Essere non è fissità, piuttosto dimensione sempre in moto, sorpresa costante. Essere è scoprire in noi ogni giorno una piccola rivoluzione, un tratto del nostro profilo diverso rispetto a ieri. Essere è costruire un cammino di volontà e fermezza, sia pure una marcia che balbetta soste per inevitabili errori. Essere è un gettare semi di umanità, vederne i germogli e insieme il seccume dei rami, anch'esso humus fertile per il nostro futuro. Essere è spogliarsi di ogni futile apparenza, fare solo gesti di vicinanza solidale. Essere è dire e scrivere parole essenziali, per contrastare il buio.

*Annamaria Ferramosca*

## **ETICA**

L'etica, al contrario della morale, è figlia della libertà e della Ragione. L'etica proviene da ciò che l'essere umano possiede di più grandioso: la mente. L'etica è sorella della responsabilità e dell'amore. Stabilisce ciò che è buono e giusto per noi e per gli altri.

L'etica aspira all'ideale umanista del perfezionamento interiore: a quel Buono, Giusto, Bello, Vero che l'arte e la spiritualità perseguono per vie differenti e con differenti risultati. Etico è ciò che ha a che fare con la dignità dell'essere umano: rispetto per il divino, per il mondo, per il prossimo, per se stessi.

Etica è ciò che Pico della Mirandola nel suo stupendo trattato "De hominis dignitate" assegnava all'uomo come ideale: né angelo né bestia, bensì sii dignitosamente Uomo. *Ilaria Giovinazzo*

# **F**

## **FASCISMO**

Le donne devono pensare e conoscere il ruolo femminile che questa ideologia predilige per noi. *Ginevra Cristofari*

## **FAMIGLIA NATURALE**

La "famiglia naturale" esiste in natura ed è costituita dalla madre con la sua prole, in ambito animale e anche umano. Negarla è un partito preso che discende dai vari artifici giuridici, guardacaso a vantaggio dei maschi, prodotti nel corso della storia. Altra cosa dal riconoscere "la famiglia naturale" è infatti stabilire che la forma giuridica della famiglia umana debba contenere necessariamente entrambi i genitori biologici, per essere considerata come raggruppamento familiare "legittimo". Se il passaggio dalla forma naturale a quella giuridica è determinato dall'inclusione e dominanza del soggetto maschile adulto - ovvero dell'elemento meno coinvolto nella generazione della prole da parte di una coppia, che per pura convenzione si presume debba essere stabile - ciò non dà ragione di quelle forme matriarcali, alcune delle quali viventi, in cui la "famiglia" si struttura come "clan" e in cui l'attribuzione di appartenenza passa non attraverso una coppia genitoriale biologica ma attraverso le susseguenti generazioni delle madri. Ne consegue che l'intero ventaglio di formule giuridiche - con cui si è preteso di regolare nella nostra e anche in altre legislazioni la "famiglia", ritenendo che non quella naturale (madre e prole soltanto) possa costituire la fonte del riconoscimento giuridico ma che competa alla norma giuridica spacciare per naturale una delle combinazioni culturali possibili, attribuendole carattere universale - va riesaminato attentamente a partire dalle sue fondamenta, allargando il riconoscimento giuridico a istanze diverse, di cui alcune presenti nel sociale. *Iole Natoli*

## **FEMMINICIDIO**

Una parola per troppo tempo non riconosciuta, taciuta, nascosta, omessa, non presente nei dizionari. Ma in questo vocabolario la vogliamo presente, anche se evoca azioni e fatti che ci immergono in un'oscurità senza fine, che spiazzano la ragione e la coscienza. La vogliamo presente perché parla

di eventi reali, di omicidi legati al genere, commessi ogni giorno, a ogni ora, in ogni paese, e perché dichiara forte e chiaro che una donna è stata uccisa perché era una donna, e senza altri motivi. O perché aveva fatto una scelta, o aveva cambiato idea, o perché non voleva essere di nessuno né che altri scegliessero per lei. Solo così le nostre amiche, sorelle, vicine di casa, conoscenti o sconosciute, il cui nome leggiamo nelle pagine di cronaca, uccise dai loro fidanzati, mariti, fratelli, padri e altri orchi, solo così troveranno giustizia. Allora i loro nomi resteranno scolpiti non soltanto nei cuori di chi le ha realmente amate, ma sui libri di diritto e criminologia e nelle aule dei tribunali.  
*Elisabetta Colla*

## **FUGA**

L'atto di scappare da qualcosa o qualcuno. Scaturisce solitamente da una circostanza di pericolo o di disagio cui si desidera sottrarsi. Erroneamente associata alla codardia, ogni fuga implica, al contrario, enorme coraggio e determinazione. *Elena Bellini*

# **I**

## **ILLEGITTIMO/A**

Fino al 1975, quindi pochi anni fa, i figli nati da genitori non sposati erano definiti "illegittimi". Il genitore sposato non poteva riconoscere i figli nati da un rapporto extraconiugale. I figli illegittimi prendevano il cognome della madre, proprio perché la società li "riconoscesse" come tali. Il nuovo diritto di famiglia ha apportato grandi cambiamenti ma con una certa prudenza. I figli nati fuori dal matrimonio potevano essere riconosciuti da padre ma erano "figli naturali". Solo nel 2012 fu abolita questa differenza e i figli divennero solo figli.

Ho conosciuto una di queste figlie illegittime, un padre e una madre che la adoravano ma il padre, già sposato e separato da anni poté riconoscerla solo all'età di 13 anni. E siccome i pregiudizi hanno un morde lenta la sua insegnante delle medie le disse "Adesso alzati in piedi e spiega alla classe perché hai cambiato cognome". *Rosanna Impiccini*

## **IMENE**

Ovvero l'inutile reso essenziale. Possibile che un piccolo tessuto elastico all'apertura vaginale possa portarsi un carico di responsabilità così grande? L'imene può avere varie forme e dimensioni, alcune donne non lo hanno affatto, in altre che stanno per partorire è intatto, talvolta si lesiona senza sesso. Nessuno ha ancora capito se l'imene abbia una qualche funzione biologica. Di certo, però, gliene hanno trovata una culturale: è stato elevato a simbolo di purezza e "verginità", diventando uno strumento di controllo e un orrendo "sigillo di garanzia" che invece non garantisce nulla! Allora fate come l'imene... distendetevi! *Eleonora Cucina*

## **INCLUSIVITÀ**

Valorizzazione delle differenze, accoglienza e pari opportunità per qualunque individuo indipendentemente dalle caratteristiche di razza, genere, capacità, orientamento, attitudini. Non può definirsi "paritaria e democratica" una società che non sia inclusiva. *Elisabetta Pandimiglio*

## **INDIPENDENZA**

Indipendenza economicamente è basilare per la realizzazione di tutte le altre autonomie. *Marina Vigna*

## **INFAME**

Il vile che non rispetta la donna, oggi come ieri. *Marisa Bragato*

## **INFERNO**

Mi è stato chiesto: se fossi costretta a scegliere un solo oggetto da portare via con te senza poter riflettere cosa porteresti? Ho risposto: la Divina Commedia, e precisamente l'Inferno. Un libro coperto, un libro compagnia, un libro coraggio per non perdermi, un libro che non solo si legge, un libro che si vive, che rimanda, che ci fa riflettere, che ci fa sognare, che ci fa tornare indietro e andare avanti. Un libro percorso, quello più vicino alla Terra, all'umanità, attraversato dal dolore, dalla sofferenza, dalla rabbia dove più si sente il peso dell'eternità, dell'immutabile. Lo leggerei fino a consumarne le pagine, lo annoterei, mi porrei domande, mi darei risposte. Un libro che è alfa e omega. E oggi che cos'è l'inferno? È un non luogo, uno stato dell'anima, una condizione esistenziale, un tormento interiore fatto di solitudine, rimpianto, frustrazione, incomunicabilità. Il motore non è più Lucifero, l'essere mostruoso ma l'indifferenza, la freddezza, il distacco. È l'incapacità di provare emozioni, di avvicinarsi e commuoversi di fronte alla sofferenza degli altri. Nessun Cerbero alla porta a segnare e ad impedire il passo dei dannati, soprattutto nessuna Guida, nessun Maestro a sostenere i nostri dubbi di fronte al dilagare della violenza, dell'aggressività, dell'arroganza. Le guerre, le grandi tragedie, teatri di atrocità indicibili, dove l'odio e la violenza regnano sovrani sono manifestazioni di un male assoluto. I diritti negati, calpestati, le morti dei tanti bambini innocenti, le disuguaglianze e le ingiustizie, dove si manifesta tutta la crudezza dell'animo umano, riempiono i nuovi gironi danteschi con i loro protagonisti responsabili. I violenti, i più temuti per non saper gestire le proprie insicurezze e fragilità trasformandole in prevaricazione, i fraudolenti, una specie molto diffusa pronti ad ingannare, truffare, manipolare gli altri per il proprio tornaconto, ma anche gli ignavi, gli insoddisfatti, i tecno dipendenti, i traditori dei valori e delle regole. La verità è che caduta la soglia che divide il bene dal male nessuno teme una punizione o attende un premio, si vive un eterno presente, il qui e ora che garantisce una sorta di immortalità.

*Costanza Porro*

## **INSIEME**

Ragazza degli anni Settanta ho respirato a pieni polmoni l'aria della condivisione. Mi è stato chiaro che la felicità non si può vivere se non in comune, con gli altri. E anche oggi che sono passati molti anni, questa parola mi appartiene e il mio pensiero continua ad essere plurale. *Laura Dal Pozzo*

## **INTERSEZIONALISMO**

Nell'unione per il riconoscimento dei nostri diritti, dobbiamo riconoscere che alcune persone subiscono discriminazioni per molteplici fattori, oltre al genere, come la disabilità, l'etnia o l'orientamento sessuale. La lotta di una non è necessariamente la lotta di tutte, anche se l'obiettivo e la solidarietà rimarranno gli stessi. *Valentina Laffi*

## **INTRAPRENDENZA**

Come capacità di scegliere ed agire, senza aspettare che 'qualcuno' ti dia il permesso. La capacità di automotivarsi e di superare ogni ostacolo che si pone di fronte al raggiungimento di obiettivi personalmente importanti. Le donne sono da sempre state limitate nella loro intraprendenza, ma fortunatamente oggi si assiste ad un cambiamento in cui sempre più donne diventano indipendenti e come tali libere di scegliere qualunque strada ed impresa importante per loro e perseguirla con l'intraprendenza tipica di chi riuscirà. *Alice Fiorica*

# **L**

## **L'ALTRO/L'ALTRA**

È ciò che di me io non conosco. Dunque ne è parte. Parte da scoprire in sé perché nel dire l'altro/a, lui/lei, dico: ME e non posso che accoglierlo/a come gemello/sorella/carne e cuore che da si dipartono per tornare a me. *Maria Inversi*

## **LESBISMO**

Attrazione e/o relazione tra due o più persone che si definiscono lesbiche. Si contraddistingue da altre forme di amore e comunanza in quanto pratica anche e soprattutto politica di dissidenza e resistenza all'oppressione cis-etero-patriarcale. Il lesbismo è l'amore tra chi partecipa alla stessa lotta. *Elena Bellini*

## **LIBERTÀ**

Obiettivo da raggiungere e condizione da difendere con le unghie e con i denti anche a costo di sacrificio e dolore. Ogni tanto è amaro il sapore di Libertà. *Rosa Angela Mondelli*

### **LIBERTÀ e cancellazione della memoria**

La libertà è il fondamento di ogni società democratica, ma senza giustizia e pari diritti, essa resta incompleta. Per le donne la libertà è stata a lungo negata o concessa solo in forma limitata, escludendole dalla cittadinanza piena. La loro voce, spesso cancellata dalla storia, ha trovato nelle pioniere del passato una eco potente che ancora oggi risuona. Tra queste figure, Olympe de Gouges, che ha rivendicato la libertà per le donne declinata nel vivere quotidiano.

Con la sua Dichiarazione dei diritti della donna e della cittadina del 1791 completò la Dichiarazione dei diritti dell'uomo e del cittadino del 1789, denunciando la differenza per le donne in un sistema che riconosceva diritti solo agli uomini.

Libertà e giustizia non si possono separare, con questo assunto rivendicò il diritto alla maternità come valore sociale e il riconoscimento della paternità come atto di responsabilità ed equità.

Antesignana nella storia delle idee, nel suo impegno politico, ma soprattutto per le posizioni d'avanguardia, espresse con coraggio.

La sua voce, osteggiata e cancellata dalla storia, nei libri di scuola, dimostra come il silenzio imposto alle donne sia una forma di violenza ancora attuale.

Ma la libertà non si estingue con la cancellazione della memoria: vive nella resistenza quotidiana di chi continua a rivendicare dignità e pari opportunità.

Finché le donne lotteranno per essere riconosciute pienamente come cittadine, la libertà sarà un cammino inarrestabile verso una società più giusta, inclusiva, capace di riconoscere concretamente il valore ed il contributo di ogni persona.

Perché la libertà delle donne non è solo una conquista individuale, ma rappresenta la misura della libertà di un intero popolo. *Rita Longobardi*

## **LONGEVITÀ**

Un tempo si accettava che la longevità passasse dall'anzianità, ora si cerca l'immortalità senza la terza età. *Alma Saporito*

## **LOTTE**

Indispensabili per affermare le scelte, per difendere i diritti, per unire le coscienze e le speranze. *Teresa Bruneri*

# **M**

## **MALEDUCAZIONE**

Seriale disattesa delle aspettative sociali entro un determinato contesto, il cui potenziale sovversivo è da sempre spauracchio della classe dominante. Solo chi non teme la maleducazione, infatti, compie atti rivoluzionari. *Elena Bellini*

## **MAMMANA**

Tenutaria di bordello, levatrice, donna che pratica aborti clandestinamente. *Claudia Manzini*

## **MANIFESTAZIONE**

Come etimologia, è una pratica collettiva che vuole rendere manifesto, visibile, qualcosa che è rimasto nascosto. Ci sono manifestazioni di tanti tipi ma io, che ho fatto parte del movimento delle donne degli anni Settanta, ricordo in particolare le numerose vivaci e colorate manifestazioni di donne che riempivano le piazze con lo scopo di mettere allo scoperto la repressione, la doppia morale e i ruoli imposti a cui volevamo reagire. Ho ancora una foto di una di quelle manifestazioni in cui cantavamo e ballavamo con lo slogan “io sono mia”. *Anna Zoli*

## **MARE**

Io non guardo il mare come tutti gli altri. Per me non è ombrellone e cabina. Non è prova costume né dopo sole. Per me il mare è il blu. È onda che spero non sia violenta. È acqua che mi circonda. È fame e sale. È speranza e dolore perché il frangimento potrebbe dissipare il viaggio, i sogni e qualche volta anche la vita stessa.

Mi chiamo Jamila, vengo dal Sudan e mi sono imbarcata dal golfo di Tobruk in Libia. Io non guardo il mare come tutti gli altri. A me tocca attraversarlo. E ho paura che tenermi forte potrebbe non bastare. *Anna Paola Lacatena*

## **MARGINALITÀ**

Termine spesso associato alle donne: posizioni e ruoli marginali. Vorrei che tale accoppiata - con valenza negativa - venisse, una volta per tutte, scompigliata dedicando più attenzione alla forza, all'inventiva e alla resistenza che le donne riescono a esprimere in ruoli e contesti difficili. La visione femminile del mondo non necessariamente collima con parametri quali successo, carriera, competitività, ricchezza, ma piuttosto è orientata ad una visione più partecipata ed equa del vivere collettivo. *Catia Zumpano*

## **MATERNITÀ**

La condizione dell'essere 'madre'. Non si riferisce solo a chi ha concepito e partorito. Non si è madri solo se si hanno figli, ma se si salvano vite, se si generano pensieri, azioni e creazioni di pace e rinascita, se si crescono i bisognosi di cure e di sponde, i figli di chi non ha madre, se si sfamano gli affamati, di cibo, di vita o di libertà, se si accettano dolorose separazioni e si intravedono orizzonti. Se, pur sfinite, si è indomite e resistenti nella follia del quotidiano e della guerra, se si lotta come leonesse per i propri ideali, contro il disfattismo e il lasciar correre, per l'equità e l'uguaglianza. Ogni donna è madre di altre donne, di sorelle, amiche, conoscenti casuali incontrate e rianimate per la via, delle proprie stesse madri, di chi attende sostegno e accettazione. Madri adottive, biologiche, single, in coppia, surrogate, affidatarie, di fatto, per scelta, per caso, per amore, per prossimità: tutte consolano fallimenti, ricuciono ferite, fecondano terre ignote, riparano l'irreparabile, estirpano rancori, irrigano speranza, guariscono traumi, coltivano attese, preparano il futuro. *Elisabetta Colla*

## **MATRONA** [ma-trò-na] s.f.

Nell'antica Roma era la donna nobile, con la cittadinanza romana, sposata con un uomo libero. In età monarchica e repubblicana, il posto a lei riservato era la cura della *domus* e dei figli. Non le era consentito ricoprire cariche pubbliche o partecipare all'attività politica. I doveri da osservare in vita erano, paradossalmente, sintetizzati nella epigrafe funeraria che la accompagnava da defunta: “*domi mansit, casta vixit, lanam fecit*”, (*rimase in casa, visse casta, filò la lana*). In quanto *mater familias*, la matrona godeva di un discreto potere all'interno della *domus*: coordinava il lavoro degli schiavi e dei servi e veniva appellata con il termine *domina* (*padrona*). Alle matrone romane era dedicata una

fešta, celebrata durante le calende di marzo (*feminae kalendae*), durante la quale portavano fiori e incenso al tempio di Giunone lucina all'Esquilino, posto all'interno di un bosco sacro di loti, facendo voti per la gloria dei mariti. In età tardo repubblicana, la matrona poteva presenziare agli spettacoli pubblici ed assistere, anche non accompagnata, ai processi. In epoca imperiale, diventa *mulier* nello statuto giuridico romano. Nelle prime basiliche paleocristiane ma anche nelle chiese edificate in epoca successiva, era presente una loggia sopraelevata denominata *matroneo*, a loro dedicata, che le accoglieva durante le funzioni religiose. Tra gli esempi più antichi, deve ricordarsi il matroneo di Santa Agnese fuori le Mura, in Roma. *Francesca De Carlo*

## **MEMORIA**

Memoria è la funzione psichica di rievocare nella mente immagini, sensazioni, idee, eventi di cui si ha avuto esperienza. Può essere a breve o a lungo termine, affettiva, intellettuale, visiva, uditiva, di luoghi e di persone. La memoria di figure femminili che hanno operato per lo sviluppo sociale, culturale dell'umanità è rimasta a lungo silente. Anche negli studi storici e nei manuali scolastici le donne presenti sono una sparuta minoranza. Il compito di promuovere la valorizzazione e conservazione della memoria delle donne, del loro operato in tutti i campi, è affidato oggi a tante associazioni femministe, fondazioni, istituzioni culturali e museali, che cercano di restituire il ricordo dell'agito delle donne, rileggere la storia secondo sguardi e prospettive differenti. Rievocare la loro memoria può dare giustizia a loro, ma serve anche a insegnare il reciproco rispetto tra sessi e sviluppare l'autostima nelle donne di oggi, le induce a seguirne l'esempio, a vivere la propria vita senza limitazioni. *Livia Capasso*

## **MERITOCRAZIA**

Parola desueta non in uso nella contemporaneità. *Patrizia Sambuco*

## **MINORENNE**

Solo a 21 si era maggiorenne. *Daniela Maccari*

## **MISSIONARIA**

Una scelta senza frontiere, in mondi, popoli e culture diverse, con un ruolo di maggior dignità in chiese giovani e nascenti. *Daniela Maccari*

## **MOLESTATORE**

Figura ambigua, di non facile identificazione, spesso mimetizzato sotto le spoglie di un padre, un prete, un amico di famiglia. Se lo incontri fuori casa da ragazzina tendi a non parlarne per paura che non ti lascino più uscire. Se lo incontri in rete o in casa, tendi a non parlarne per vergogna. Quando lo incontri da adulta sai sempre cosa fare se a essere molestata è un'amica. Il molestatore è tendenzialmente un manipolatore, spesso con tratti sadici e incapace di relazioni paritarie. Se gridi, lui scappa. *Mariella De Santis*

## **MILITANZA**

Questa parola per me e per come l'ho vissuta e vivo tuttora contiene tanto/tutto: amore, passione, libertà, amicizia, sorellanza, dialogo, autodeterminazione, impegno sociale e politico e, soprattutto, il desiderio, la volontà di guardare al futuro. *Argia Simone*

## **MODESTINA**

Decretare sul corpo della donna postura e abiti nel secolo XIX: la "modestina" era l'alto colletto di pizzo che doveva coprire le scollature dell'abito. Donne modeste e piene di virtù! *Antonia Longo*

## MUSA

La parola è MUSA. Mai piaciuta. (Il problema forse è mio ...). NO! Ecco....io non voglio, in futuro, essere MUSA. Non voglio mettermi a nudo e ispirarti per una cosa che fai tu. E per cui ti prendi il merito. Io sono molto di più. *Laura Baiutti*

## N

### NOIDONNE

Arrivavo a giugno a casa di zia Laura e trovavo ad aspettarmi un anno di copie di "NOIDONNE" mi immergevo nella lettura degli articoli e delle lettere delle lettrici. Sono cresciuta anche grazie a questo giornale e ora a 75 anni vi ringrazio. *Renata Papi*

### NONNE

A loro devo tanto, perché senza molte parole mi hanno insegnato tanto. Erano femministe anche se non lo sapevano. Certo erano nelle maglie del patriarcato ma a loro modo si sono ribellate. Mia nonna paterna, che vedevo di meno, era la classica nonna che sapeva fare i dolci e metteva tutto il suo amore settimanalmente per regalare alle proprie nipoti una parte di sé. Un modo di essere vicino a loro. Quando stavo da lei e dovevo uscire, lei diceva una parola sola: GIUDIZIO e in quell'unica parola era racchiuso un mondo di raccomandazioni. Esprimeva fiducia ma allo stesso tempo precauzione. Mia nonna materna mi ha cresciuto fin da quando sono uscita dall'ospedale appena nata. È quella che mi ha fatto il primo bagnetto ed era sua la casa quando ho spiccato il volo e sono uscita dal nido. Insieme a mio nonno, era quella che c'era per me, quando mia madre era troppo presa dalla sua vita. Aveva un gran brutto carattere ma questo le è servito per farsi rispettare anche nell'ambito militare in Africa durante la seconda guerra mondiale. Ha creduto nell'amore e nella sua autodeterminazione anche se le è costato lasciar andare suo figlio, in una società che considerava un'adultera come una criminale. Due donne diverse, che ho amato da sempre, ma imparato a conoscere sempre di più nel corso della vita, capendo quale fatica è stata per loro essere mogli e madri in un'Italia bigotta e patriarcale. *Ilaria Scalmani*

### NONNE

Nel 2024 ho compiuto ottant'anni. Come Noi Donne. Li ho festeggiati nei modi cari a noi vecchie e vecchi: col ricordo dell'infanzia. Ho pubblicato un libriccino - *Le radici del futuro. Le mie Case Popolari e altri luoghi del cuore* - da regalare a parenti e amici ma destinato, e dedicato, a Luce e Andrea, i miei due nipoti adolescenti.

A me piacevano le storie di vita vissuta che mia nonna mi raccontava quand'ero bambina. Mi piaceva sentire le differenze che coglieva tra la sua vita e la mia tanto che, quando la maestra di quinta elementare ci diede il tema "La nonna cuce a racconta" non avrei mai finito di scrivere.

Le differenze tra la mia e quella dei miei nipoti sono ancora più grandi. I giochi, che erano rimasti gli stessi per secoli, con l'elettronica sono radicalmente cambiati per loro. Il cortile, che si divideva con le donne sedute in crocchio a lavorare, chiacchierare e osservarci, *scuola di vita* per noi, non esiste più. I giornali, così in crisi di tiratura, entravano in tutte le famiglie operaie e comuniste con il loro preciso target: Il Pioniere, pensato da Rodari e Rinaldi proprio per noi bambine e bambini nel 1955, Nuova Generazione, Noi Donne, L'Unità. Le riunioni di partito (il Pci) si facevano in una delle sale da pranzo, le feste dell'Unità che erano di rione (quasi di caseggiato) si preparavano con orgoglio insieme ai fratelli più grandi e agli adulti...

Vita quotidiana e politica, fatica e speranza di riscatto. Era un clima nuovo che si respirava e si divideva, che contagiava adulti e bambini.

La differenza tra la mia vita e quella di mia nonna riguarda, sotto questo aspetto, un punto essenziale. Una volta le ho chiesto se avesse desiderato rivivere la sua vita e la sua risposta è stata:

“Una nuova vita sì, ma non con la miseria e la fatica che ho passato”. Non avevano sempre da mangiare e ancora bambine andavano “a servizio”, anche in città lontane, da famiglie benestanti. Io, invece, la mia vita la rivivrei. Così com’è stata con le sue luci e le sue ombre. E loro - i miei nipoti dico - la loro? *Laura Testi*

## **NONVIOLENZA**

Postura, sguardo, atteggiamento con cui porsi a se stessi e agli altri con empatia e comprensione senza alcuna forma di prevaricazione o disuguaglianza; connessione profonda con ciò che è vivo in noi, in termini di sentimenti e bisogni, che porta a scelte e azioni autenticamente allineate con ciò che è significativo per il nostro essere. *Patrizia Arcadi*

## **O**

### **OLOCAUSTO**

Pochi sopravvissuti ancora in grado di ricordare e darne testimonianza. Nella loro memoria il dramma di essere state vittime di esseri DISUMANI. *Graziella Poluzzi*

### **OPPOSIZIONE**

*Questo mio contributo nasce in seguito a un incontro in un Liceo che ho tenuto recentemente sulla figura di Adele Cambria e il femminismo, durante il quale una studentessa ha posto questa domanda. La breve riflessione che segue scaturisce dalla mia risposta.*

Perché le donne non si sono opposte nel tempo alla loro condizione di subalternità? Le giovanissime si pongono questa domanda oggi. In realtà, le donne lo hanno fatto, strenuamente e in mille modi. È stata proprio la loro opposizione a trasformarle nei secoli in streghe, per essere bruciate vive, o in nevrotiche e matte, rinchiusi nei manicomi. E se di alcune conosciamo le vicende, delle altre possiamo solo indovinare le ribellioni private, consumate in esistenze che non hanno lasciato traccia. Ma è proprio alle dimenticate che non dobbiamo fare l’ultimo torto: pensare che non si siano difese, che abbiano accettato. Perché non rimanga oggi quel sospetto di rinuncia, quell’amaro senso di colpa di chi si pensa autoesclusa dalla storia, incapace di vivere la propria di storia, perché connivente, responsabile di un destino che né lei né quelle prima di lei hanno contribuito a scrivere. Non condanniamo le donne del passato anche oggi, inchiodandole ancora al ruolo di vittime inermi, silenziose, complici. Crediamo in loro. C’eravamo sì, e abbiamo gridato sempre. E dovremo continuare a farlo ancora per molto tempo, a quanto sembra. *Oriana Schembari*

### **ORIZZONTE (s.m.)**

Indica un confine tra Terra e Cielo, ma da poco lo penso più come orizzonte temporale, come prospettiva: nel privato, dato che assisto un marito con una malattia cronica, cosa mi aspetta? Ce la farà? Per questo in esso si chiude un cerchio, se penso alla necessità di cambiare prospettiva ai miei giorni. *Amelia Bilzi*

## **P**

### **PACE**

La Pace, come una composizione perfetta, si costruisce lentamente, nota dopo nota, attraverso la giustizia, il rispetto e la solidarietà. Per me la Pace non è solo l’assenza di conflitto, ma una melodia che unisce, che armonizza le differenze e restituisce dignità a ogni individuo. Nella mia musica e nel mio impegno, la Pace è l’obiettivo finale di ogni lotta, un equilibrio che si raggiunge quando il suono della violenza si spegne e quello dell’uguaglianza e della libertà comincia a risuonare nella sala da concerto. *Letizia Maulà*



## **PARIETÀ**, germe femminile, identità

In un mondo in cui la parietà è finalmente riconosciuta come diritto fondamentale, il germe femminile fiorisce in ogni donna, dando vita a nuove identità potenti, autentiche. Le donne non sono più solo spettatrici, ma protagoniste della loro storia, plasmandola con forza e determinazione. La parietà non è solo sogno, ma realtà. Il germe femminile è l'origine di ogni cambiamento, il seme di ogni rivoluzione. L'identità di ogni donna non è più limitata dalle aspettative della società, ma libera di esprimersi in tutta la sua complessità e bellezza. Parietà: terreno fertile, germoglio dei sogni. Speranza. Certezza! *Alessandra Santy Melizia*

## **PATCHIOULI**

Profumo simbolo di autonomia, sensualità e libertà. Ieri, oggi e domani l'incontro tra oriente ed occidente, la scoperta e conoscenza di realtà diverse è la base per crescere e realizzarsi. *Marina Vigna*

## **PAURA**

Delle botte, paura di non farcela a liberarsi. *Maria Toccaceli*

## **PAURA**

È un sentimento che può condizionare e non permettere l'autodeterminazione. La paura non è sempre un sentimento negativo, ma ci permette anche di metterci in difesa e ci protegge in alcune situazioni. Per le donne, a maggior ragione adesso, bisogna tenerla presente, perché è quella che ti salva. Quando senti che c'è una sensazione di... quanto meno di disagio o... il famoso ultimo appuntamento. *Collettivo Lilith*

## **PERSEVERANZA**

Assiduità, costanza, tenacia, leggiamo sull'enciclopedia Treccani. Aggiungo "impegno ininterrotto per il raggiungimento difficoltoso di un obiettivo". Senza difficoltà, infatti, non sarebbe necessario perseverare. Proprio per questa ragione la parola risulta adatta alle donne, i cui obiettivi di autonomia e libertà, di rispetto personale e di ampia partecipazione sociale, sono stati e sono ancora oggi difficili da conseguire in pieno. Della perseveranza ho fatto una mia ragione di vita, apprendo la via alla riflessione e alle azioni per il Cognome delle Donne e, in particolare, per il Cognome Materno alla Prole, di cui ho iniziato a occuparmi nel 1979. Un tema che per il suo alto valore simbolico, performante dei rapporti personali, familiari e sociali, non ha ottenuto tuttora la sua realizzazione completa. *Iole Natoli*

## **PIETAS**

Va oltre qualsiasi sentimento affettivo poiché accoglie qualsiasi diversità, differenza, offesa che consente di guardare all'altro/a come parte di noi. Ci aiuta a essere migliori e a superare con serenità il valore di leggi inique. Pensare a Antigone. *Maria Inversi*

## **PILLOLA DEL GIORNO DOPO**

È un contraccettivo di emergenza che agisce fino a settantadue ore dopo il rapporto. Dal 2010, anche in Italia, è commercializzata la pillola che agisce fino a centoventi ore dopo il rapporto. Nello specifico, il riferimento è, nel primo caso, alle pillole Norlevo o Escapelle, entrambe con levonorgestrel e alla pillola ellaOne, a base di ulipristal acetato. Non si tratta di pillole abortive in quanto il loro utilizzo è limitato a situazioni a rischio di gravidanza, in seguito ad un rapporto sessuale non sufficientemente o non affatto protetto. Ciò può verificarsi tanto nelle ipotesi di fallimento dei metodi contraccettivi naturali, di rottura del preservativo, di mancata assunzione od assunzione non corretta della pillola anticoncezionale, quanto per le ipotesi di violenza sessuale. Con la direttiva n. 998 dell'8 ottobre 2020, l'Agenzia italiana del farmaco ha abolito l'obbligo della prescrizione medica anche per le minorenni. Trattandosi di farmaci ormonali che impediscono

l'ovulazione, l'obiezione di coscienza non dovrebbe estendersi alla somministrazione della contraccezione di emergenza, essendo riferita alla sola ipotesi di interruzione di gravidanza, di cui alla legge n. 194 del 1978. *Francesca De Carlo*

### **PITTRICE**

Per ricordare le tante artiste che la parola Pittrice non l'hanno potuta usare e che per definirsi o per essere riconosciute nelle loro abilità hanno dovuto usare pseudonimi e/o nomi maschili. *Cinzia Beccaceci*

### **POESIA**

Si scrivono parole come poesie senza volerlo essere. Poi un giorno ti accorgi di aver scritto poesie. *Carla Cantatore*

### **PROCREAZIONE MEDICALMENTE ASSISTITA / PMA**

Quarant'anni fa le donne che si avventuravano nell'accidentato percorso della procreazione medicalmente assistita erano quelle che "volevano un figlio a tutti i costi", donne (e uomini) egoisti da contrapporre a quei genitori più generosi, disponibili ad adottare. A distanza di quarant'anni, dopo più di 200mila bambini nati con queste tecniche - un risultato preziosissimo in tempi di crollo della natalità - nessuno ripropone esplicitamente questi stereotipi e nel 2025 finalmente la PMA ha fatto il suo ingresso trionfale nei LEA (Livelli Essenziali di Assistenza, garantiti dal Servizio Sanitario Nazionale). Vedremo quanto questo cambiamento aiuterà effettivamente a superare il carattere "elitario" di queste tecniche, finora accessibili solo a chi ha le risorse economiche per pagarle e quelle culturali per orientarsi. La PMA ha vinto la discutibile contesa con l'adozione, sempre più difficile e rara: diminuiscono i bambini adottabili, ma diminuiscono anche i genitori disposti ad adottare <https://www.vita.it/perche-non-vogliamo-piu-adottare/>. Ciò che non cambia, almeno in Italia, è la possibilità di accedervi - sia alla PMA, sia all'adozione - riservata solo alle donne che fanno parte di una coppia stabile. Una limitazione che fa a pugni con il fatto che il 42% delle nascite nel 2023 proviene ormai da madre nubile. *Mara Gasbarrone*

### **PUTTANA**

Quando una donna decide liberamente e totalmente del suo corpo, senza sottostare non solo all'ipocrisia maschile che usa il suo corpo ma lo nega, ma anche a quello delle donne che rivendicano la libertà di decidere di sé stesse solo finché si rientra nei loro "canoni": di ogni genere. perché, si sa, solo la fica certifica il "rispetto di sé", per il resto - cervello, cuore, anima, braccia, gambe - puoi venderli e spenderli tranquillamente, nessun\* si turba. *Selva Corbelli*

## **R**

### **RABBIA**

La rabbia può essere una manifestazione sana e necessaria se la gestisci, altrimenti può diventare distruttiva. Eravamo arrabbiate quando andavamo in manifestazione. Questa rabbia era canalizzata e il gruppo permetteva di esprimerla. Il senso di ingiustizia ti provoca rabbia quando ti senti impotente di fronte a certe cose, ma non sai più come esprimerla, intrappolata in convenzioni prestabilite e categorizzate. *Collettivo Lilith*

### **RAPPRESENTANZA/POTERE**

Cercarsi e cercarsi, riconoscersi, trovare coesione sono le chiavi della forza delle donne. Creano quell'intreccio di potenzialità e competenze necessario per diffondere il protagonismo e il valore delle donne in tutti i campi della società - dalla famiglia alla politica, alle istituzioni, alla giustizia,

alla scuola, alla medicina - per cambiarla e trasformare le città, spazi, consessi in ambienti accoglienti, vivibili, inclusivi, sicuri in cui il benessere sia per tutte e per tutti. *Lina Arpaia*

## **REGGIPETTO**

Non vedevo l'ora di avere anch'io almeno un poco di seno, già da qualche tempo avevo cominciato a sbirciare questo indumento di mia madre messo ad asciugare, che essendo di stoffa bagnata, assumeva sulle funi forme pesanti, sgraziate, perfino inquietanti a ben guardare. Erano gli anni Cinquanta che stavano travalicando negli anni Sessanta. Pur tuttavia cominciai a desiderare di averne anch'io, quanto prima, uno. Quando infine i seni cominciarono ad accennarsi, chiesi a mia zia Rosellina di cucire per me il reggipetto. Ella, che in realtà all'anagrafe era Anna Rosa, ma che mai fu chiamata con questo composito nome, possedeva una macchina da cucire Singer e con essa provvedeva a cucire i corredi per i neonati, che in famiglia si avvicendavano ad ogni piè sospinto. Zia Rosellina era nubile, né mai si sposò né ebbe figli suoi, ma aveva un gioioso fermo talento nel cucire corredini. Ella comprese quanto desiderassi avere il mio primo reggipetto, in due giorni me lo confezionò, in stoffa di cotone rosa, da uno scampolo di sottovesti che le era avanzato.

*Matilde Tortora*

## **RESILIENZA**

Sostantivo FEMMINILE! *Valeria Petricca*

## **RESISTENZA**

Credo che la Resistenza si esprima in ogni forma di arte che sfida il silenzio e la rassegnazione. Ogni gesto di rivendicazione è una testimonianza di forza e determinazione, che non si arrende di fronte alle ingiustizie, ma cerca di trasformare la realtà attraverso la voce delle donne e le azioni che segnano il cambiamento. Le composizioni stesse diventano atti di Resistenza, dove ogni nota sfida il silenzio e la rassegnazione. Come musicista, credo che ogni opera, ogni melodia, possa essere una battaglia per il riconoscimento delle donne, dei diritti civili e della memoria storica. La musica, come una partitura che si scrive nel presente, diventa un'arma potente contro l'oblio, una protesta che risuona attraverso il tempo, amplificando le voci di chi lotta per la giustizia e l'uguaglianza.

*Letizia Maulà*

## **RESISTENZA DELLE DONNE**

Per secoli gli uomini ci hanno classificato come il sesso debole, il sesso forte erano loro. Ma loro erano solo il sesso col potere: forti erano e sono le donne, che senza potere sono sopravvissute alle ingiustizie, alle ingiunzioni, alle limitazioni, alle esclusioni, e hanno cercato vie e soluzioni, hanno riflettuto e combattuto, ciascuna a suo modo e nell'ambito della sua visione di vita. Già solo sopravvivere è RESISTENZA. *Rosaria Faretina*

## **RIFLESSIONE**

Specchio del mondo e pensiero sul mondo. *Emanuela Irace*

## **RINASCITA**

È una parola che ho tanto amato. L'ho amata perché ha caratterizzato l'uscita da un periodo molto doloroso della mia vita in cui sarebbe stato molto più semplice il lasciarsi andare, ma proprio grazie ad un grande cerchio di sorellanza che mi ha fatto sentire avvolta da un forte abbraccio di solidarietà femminile che è scaturita questa grande volontà di RINASCITA colma di nuove ed indimenticabili emozioni! *Romana Facchinelli*

## **RI(S)CATTO**

Mi sono promessa di non diventare violenta come mio padre e non vittima sacrificale come mia madre. Ho creato un progetto: "Oltre la Panchina" non solo il 25 novembre e lo sto portando nelle scuole con l'Educazione Sentimentale. *Anto Rutigliano*

## **RISPETTO**

È porre attenzione, ri-guardo: guardare ancora, all'indietro. Non sempre trattiamo col dovuto rispetto le persone e le cose. Non abbiamo la giusta considerazione che permetta di riconoscere il valore intrinseco delle cose o i diritti e la dignità e il carattere di qualcuno, soprattutto quando, rispetto a me, quel qualcuno esprime un'assoluta alterità e irriducibilità, come nel caso della disabilità psicofisica e dell'autismo. "Il mio rispetto", invece, abbatte muri, costruisce ponti, guarda in trasparenza, attraversa, colma distanze in un battito di ciglia, non soffre di antipatie e simpatie faziose, è poetico: connette *infiniti mondi*. Scrivo di quel rispetto di sé che rende onorevoli impedendo di offendere e infierire. Parlo del rispetto della natura e del mondo animale frutto di una consapevolezza di stampo ecologico, che facendo sentire parte di un tutto spinge a divenire attivisti del rispetto stesso, ciò per riguardo di sé e della propria vita, che va anche guardata all'indietro per capire il presente. Ma rispetto è anche risguardare, guardare con sguardi belli, è un luogo interiore dal cui mirare le immagini della vita con ampia vista, è fare un passo indietro per avere maggiore prospettiva, essendo il rispetto un punto di vista, un piano nobile del nostro essere dal quale non viene a noi a guardare le cose e le persone con attenzione, cautela, cura, precauzione, prudenza, accortezza, come se chi e ciò di cui io ho rispetto fosse un mondo da scoprire dall'inestimabile valore per la sua unicità. Il rispetto, d'altronde, cos'altro potrebbe essere all'origine se non uno sguardo attento a cui non possa che seguire un movimento rispettoso verso l'esterno: un gesto calmo e gentile, una parola appropriata, un tocco d'ineffabile sensibilità, per l'appunto un guardarsi indietro, ciò per non lasciare nulla di intentato, non abbandonare, perdere qualcosa o qualcuno o parti di sé o gli attimi della vita, incluso ciò che potrebbe apparire insignificante a uno sguardo distratto. Il rispetto di cui ho scritto è un sentimento che vorrei riuscire a provare per me stessa, e null'altro sarebbe che la cura della mia vita. *Marina Morelli, donna, madre di due giovani donne con autismo, scrittrice*

## **S**

### **SCOMPIGLIATE**

Così sono io ed immagino tutte le donne libere di pensare, di studiare, di lavorare, di credere, pregare, procreare, vivere! Quelle come me che Sguardano le cose per cercare feritoie tra le ferite da cui entri luce, che Sperano ci sia ancora un futuro. *Linda Vitali - Medica PS Piazza Armerina*

### **SCUOLA e STORIA**

I testi scolastici sono vuoti di noi. Anche la negazione della storia e/o la cancellazione dalla storia è una forma di violenza contro le donne. Per sradicare credenze rigide, riti rassicuranti, convinzioni condivise, ruoli assegnati e non intercambiabili, prepotenze giustificate, pregiudizi e stereotipi trasferiti, di generazione in generazione, come cromosomi nel DNA sociale, è necessario cambiare prospettiva: si deve guardare indietro e ripercorrere la lunghissima linea del tempo con uno sguardo pulito e curioso che ci permetta di capire che la storia, la nostra storia è il risultato delle relazioni tra i due generi della nostra specie. *Francesca Zerman*

### **SEPARATISMO**

Ho sperimentato che in gruppi misti i maschi tendono a dominare la scena prendendo più facilmente la parola in quanto più abituati a farlo e sospinti dal loro narcisismo e dalla loro tendenza all'autoreferenzialità. Le donne invece hanno bisogno di situazioni in cui possano sentirsi libere di esprimersi e di dar voce ai propri vissuti e alle proprie considerazioni. Nulla vieta che poi accettino anche un confronto più ampio e plurale. *Giuseppina Fregoli*

## **SESSISMO**

Questo termine entra nella lingua italiana negli anni Settanta sulla scia degli studi e del pensiero femminista sulla diversa considerazione sociale, civile, politica, relazionale esistente tra il sesso maschile e quello femminile, ritenuto inferiore e sottomesso al primo. Il suo significato letterale è “discriminazione in base al sesso” (v. *razzismo*, discriminazione in base alla razza), ma con *sessismo* si intende comunemente “discriminazione del sesso femminile rispetto a quello maschile”. Si manifesta attraverso azioni e comportamenti, ma anche attraverso usi della lingua, espliciti e sguaiati (*figlio di...*) oppure apparentemente innocui o addirittura scherzosi (*donna al volante...*). Al *sessismo linguistico* è stato dedicato uno dei primi libri sulla discriminazione delle donne, *Il sessismo nella lingua italiana* (1987) di Alma Sabatini, pubblicato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri (la stessa che oggi vede in carica una donna che si fa definire come un uomo!), che ha testimoniato come gli usi linguistici sessisti presenti nella nostra lingua rappresentino un pericolo per la costruzione sociale della realtà e quanto sia necessario incrementare una educazione non sessista che indirizzi verso il rispetto della persona e la parità tra donne e uomini. *Cecilia Robustelli*

## **SIGNORINA**

Non solo un titolo (la signorina è la donna non sposata, la zitella), ma una parola che cela la struttura della società. Sono i gesti, le parole e le posture che determinano l'appartenenza ad un genere: “Una signorina non parla così”, “Stai seduta composta, sei una signorina”; “Questo non gesto non è da signorina”. La signorina non è solo una donna nubile, ma la rappresentazione di un concetto di perbenismo e compostezza, lo specchio di una società castrante e intrisa di stereotipi. *Annalisa Del Prete*

## **SORELLANZA**

Non è necessario avere un legame di sangue, si può essere sorelle d'anima, legame profondo, passato, presente e auspicio anche futuro. *Alma Saporito*

## **SORELLANZA**

Auspicio che tra donne possa stabilirsi quella stima reciproca e quella complicità necessarie a superare l'atavica tendenza a considerarsi nemiche in lotta per ottenere protezione e considerazione da parte di un maschio. *Giuseppina Fregoli*

## **STEREOTIPO**

Ogni giorno una donna è chiamata ad avere la responsabilità di qualcun altro: un marito, un compagno, un figlio, un genitore... L'accudimento è ancora, nella maggior parte delle situazioni, “cosa nostra”. Per dirla con Michela Murgia “noi siamo quelle che sanno dove sono le mutande di tutti”. A tal riguardo credo sia necessario riflettere su uno stereotipo, ancora molto diffuso, che affida all'uomo il lavoro produttivo (e quindi soldi e potere) e alla donna, in prima istanza, il lavoro riproduttivo (vero ma non esaustivo). In questa prospettiva il ruolo di cura, che non porta denaro e non accresce il potere, resta sostanzialmente affidato alle donne. Penso che un cambiamento sia possibile e dipenda non solo da noi, ma da una riscrittura delle leggi più equa ed inclusiva. *Prof.ssa Monica Gentili*

## **STORIA**

Poco dopo essermi laureata in Storia contemporanea ho svolto uno stage presso l'archivio storico di NOIDONNE e da subito sono stata catapultata nella nostra Storia. Non una Storia qualsiasi, ma quella delle donne, che di solito viene relegata a qualche misera riga sui libri di testo del liceo e che è ancora troppo ignorata dagli studi universitari. Questo è stato ed è per me NOIDONNE: un viaggio nella Storia che nessuno prima mi aveva permesso di fare. Una Storia che, per la prima volta, dopo anni di studio, ho sentito mia. Leggendo, sfogliando, organizzando l'archivio sono entrata in contatto con una ricchezza inestimabile, che mi ha consentito di affinare la mia conoscenza e soprattutto la mia percezione del mondo e delle lotte che mi hanno permesso di vivere

oggi come donna libera. I passi da fare sono ancora moltissimi eppure io, adesso, sento con me la forza di tutte quelle che mi hanno preceduto. *Marta Frusone*

## **STORIA**

La parola "Storia" è un sostantivo femminile e deriva dal greco *ιστορία*, *istoria*, una parola che contiene in sé un triplice significato: "indagine", "racconto", "che ha visto/testimone".

La Storia, intesa nei suoi tre significati, appartiene a ieri, a oggi e a domani, ma non è sempre stata uguale; per secoli hanno predominato gli uomini, sia come soggetti storici che come studiosi, una predominanza che comincia ad essere abbattuta con forza dalle femministe degli anni '70/'80 del secolo scorso. È da segnalare però un precedente: durante la Rivoluzione francese l'attivista e drammaturga Olympe de Gouges prese il testo della *Dichiarazione dei diritti dell'Uomo e del Cittadino* e lo convertì al femminile, pubblicandolo nel 1791 con il titolo *Dichiarazione dei diritti della Donna e della Cittadina*; quello di Olympe fu un atto femminista *ante litteram*, seguito da altri scritti che la portarono a un duro scontro con Robespierre che la fece ghigliottinare nel 1793.

Ormai questa "conversione al femminile" non porta più alla morte, ma è sentita come una necessità, perché siamo da tempo consapevoli che anche le donne - e non solo gli uomini - indagano, raccontano e sono testimoni degli eventi storici, oltre ad esserne protagoniste, e NOIDONNE lo ha dimostrato molto bene durante i suoi Ottanta anni di vita. *Fabiana Caristo*

# T

## **TEATRO**

Teatro femminista e Teatro La Maddalena, primo palcoscenico italiano fatto dalle donne per le donne. Un teatro per acquisire visibilità, per una nuova drammaturgia che dia voce alle storie delle donne, e per un nuovo modo di fare teatro, partecipato e collettivo, antielitario e decentrato. *Manuela Gineprini*

## **TENACIA**

Anche nelle difficoltà ad andare avanti, per riconquistare la libertà e l'indipendenza economica, studiare nonostante il lavoro, nonostante dover pensare al menage familiare. *Maria Toccaceli*

## **TEMPO**

In un continuo scivolare di momento in momento il tempo a volte ti appartiene e a volte ti sfugge, impalpabile e sconosciuto. Tu credi di possederlo, presuntuosamente, ma non sai nemmeno quanto ne hai a disposizione e spesso, quando ne hai consapevolezza, lo butti via non sapendo come impiegarlo. È il tempo invece a possedere te e ti strizza l'occhio invitandoti a restare in equilibrio e a praticare la difficile arte dell'evitare sprechi o inutili corse o sovrapposizioni. *Anna Buccheri*

## **TRANSGENDER**

Esiste la scienza che spiega esattamente cos'è la "disforia di genere" (DSM 5). Io farò solo una considerazione: i transgender non hanno mai ucciso nessuno e non minacciano nessuno. I cacciatori uccidono ogni anno circa 15 persone e ne feriscono una sessantina. Però invece di chiedere l'abolizione della caccia ci si batte per mettere fuorilegge i transgender. *Rosanna Impiccini*

# U

## **UGUAGLIANZA**

Mi sento uguale quando tu rispetti la mia diversità ed io la tua. *Alma Saporito*

# V

## VALORE donna

Perché donna vuole dire intelligenza, coraggio, pace, determinazione e autodeterminazione, complessità, catalizzatrice di idee ed energie, forza dirompente per frantumare tetti di cristallo e superare in tutti gli ambiti della società steccati, pregiudizi, convenzioni, violenze. *Lina Arpaia*

## VECCHIAIA

Vecchio/a etimologicamente *dicesi più specialmente degli esseri organizzati che dal nascere al morire corrono più stadi o gradi di vita.*

Lo stadio dell'invecchiamento, dunque, lungi dal rappresentare una condizione patologica, pur nelle difficoltà che obiettivamente si presentano, è un momento ricco di risorse dovute alla ricchezza delle esperienze accumulate, a uno sguardo più riflessivo sul mondo e sull'esistenza.

Il fatto è che secoli di società patriarcale hanno identificato nel vecchio la persona saggia, autorevole, fisicamente ancora accettabile, insomma in genere ci si trova di fronte a "bei vecchi". La vecchia è presentata quasi sempre come brutta, rugosa, sdentata, laida (esempi letterari abbondano). Non è difficile darsi una spiegazione: la donna è o bambolina o *femme fatale* che l'uomo "gestisce" dall'alto del suo essere appunto uomo.

Ma le donne vecchie oggi non ritengono di dover nascondere le rughe intorno agli occhi o le canne d'organo del collo: hanno avuto il *chairo*s di aver vissuto l'epoca in cui c'era la fondata speranza di poter raddrizzare le storture sociali e culturali, di poter lottare con e per le donne, si sono alimentate alla fonte del pensiero di loro sorelle. Il femminismo degli anni '70 ne ha forgiato la consapevolezza del loro ruolo, fra sconfitte e vittorie ha ottenuto risultati che se sono divenuti patrimonio di tutte, oggi sono rimessi in discussione (un esempio per tutti l'applicazione della 194) allora le donne vecchie non possono mettersi da parte come le vorrebbe l'odierna temperie sociale, sentono forte la responsabilità di ritrovarsi madri, nel senso indicato da Luisa Muraro, delle giovani frastornate da un mondo che illudendole in nome di una conquistata libertà, da buon erede del patriarcato, tenta di riportarle subdolamente indietro a creta che l'uomo plasma a suo piacimento e se non si piegano, c'è sempre il femminicidio. Le donne vecchie, secondo l'etimologia, non hanno smesso e non smetteranno mai di attraversare sempre nuovi stadi di vita per loro e per tutte. *Tommasina Soraci*

## VEDOVA

Orfani e vedove non sono inseriti dal catechismo fra i destinatari delle opere di misericordia, ma è come se lo fossero. Persone vulnerabili, che hanno perduto il sostegno della loro vita nella persona del maschio capofamiglia, e meritano assistenza e misericordia. Tramontato il ruolo del capofamiglia, tramonta anche - nel bene e nel male - l'assistenza, a cominciare dalla pensione di reversibilità, bollata come assistenzialismo e ridotta ormai a ben poca cosa. E pensare che la percepiscono anche i vedovi, grazie alla 'nostra' [legge di parità del 1977](#) (art. 11). E grazie alla legge sulle unioni civili, dal 2016 è equiparata al coniuge superstite anche la persona che ha contratto un'unione civile.

Della categoria 'vedovi' - maschile universale quanto mai inopportuno - fanno parte in grandissima maggioranza le donne, circa l'80%, per vari motivi: perché vivono più a lungo, perché di solito sposano, o sposavano, un uomo un po' più anziano e perché una parte di uomini vedovi si risposa con una donna più giovane, ed esce quindi dalla categoria.

Oltre al capofamiglia, sta scomparendo anche il matrimonio: se ne celebrano la metà rispetto a vent'anni fa. Se perdi il tuo compagno, sei ancora 'vedova'? E poi, molte vedove non amano proprio autodefinirsi tali: come le nubili o le zitelle oggi si chiamano *single*, anche le vedove sono 'single di ritorno', stato civile 'libero'.

Un ultimo dettaglio linguistico: orfano e orfana sono il figlio o la figlia che perdono il padre o la madre, ma non esiste un termine per definire il lutto più crudele e contro natura: quella della madre

o del padre che perdono la loro progenie. Ma di un adulto che ha perduto il genitore, si può dire che è 'figlio di', non che è 'orfano di', un termine che usiamo solo per i bambini. E di una donna che ha perso il proprio compagno, è giusto dire che è, o è stata, la 'compagna di', anche la 'moglie di', ma per piacere non la 'vedova di'. Un termine che suona inevitabilmente miseria, debolezza, privazione, ben oltre il lutto. *Mara Gasbarrone*

## **VERGOGNA**

Cominci da piccola a sentirti dire che devi stare coperta con i vestiti; devi stare attenta alla gonna, perché se ti si solleva, anche di poco... "non va bene". È una vergogna. Perché il tuo sesso lo senti anche chiamare....la vergogna. Coprire...le vergogne. Diventa plurale e non sai perché. Ma il messaggio di pressione culturale, sociale e....parentale ti entra dentro. Per fortuna che tutte insieme abbiamo arginato questo messaggio. Per fortuna. Libere e padrone di sé si vive meglio. *Rossella Ciani*

## **VIOLENZA**

*Psicologica*: dalla nascita alle donne insegnano che sono nate per accudire e non possono scegliere di fare ciò che vogliono. *Economica*: una donna su tre non ha un conto corrente personale. *Fisica*: alle donne insegnano ad essere umili, subire e perdonare. *Verbale*: donne messe continuamente a tacere. *Sessuale*: milioni di donne hanno subito aggressioni sessuali, gravi o addirittura considerate innocue. Diciamo NO alla VIOLENZA esercitata nei confronti delle donne, delle minoranze, della natura, del mondo animale e delle istituzioni. *Vilma Nicolini*

## **VOCE**

Una delle fiabe che più ho amato, quand'ero piccola, è stata "La sirenetta" di Andersen. Trovavo eroica questa creatura che, per amore, aveva sacrificato la sua voce melodiosa. Solo da adulta (ora sono nonna) mi sono resa conto, con raccapriccio, del prezzo terribile che aveva pagato. Quante di noi hanno rinunciato a cantare? E quante oggi sono ridotte al silenzio? La nostra voce è più necessaria che mai, usiamola tutta. *Marinella Mannelli*

## **VOCE**

La voce per affermarsi, per gridare, per dire di sé, per scegliere, per confrontarsi, per rifiutare, per raccontare, per agire e per cominciare. La voce contro il silenzio dell'abuso e della sopraffazione, della passività. La mia parola per le donne è VOCE, strumento e sintesi di libertà e di autodeterminazione. Di vita. *Agnese Malatesta*

# **Z**

## **ZATTERA**

Mezzo di salvataggio, che possa navigare in acque tranquille, per ogni donna in fuga dal dolore. *Alma Saporito*

**ZITILE** (pronuncia zitol), che mi si addice alquanto.

È un termine che ho coniato io, una quindicina di anni fa, e che non esiste (però potrei sempre proporlo all'Accademia della Crusca, che va tanto di moda!).

Non esiste, dicevo, e non è, ahimè, una voce selezionabile nei *form* come "stato civile-situazione sentimentale", né tantomeno editabile ex-novo.

Ci tengo, innanzitutto, a precisare che una ZITILE **non** è una SINGLE e nemmeno una ZITELLA.

La ZITILE si differenzia dalla single perché quest'ultima, almeno nell'immaginario stereotipato, sceglie con convinzione di esserlo e se, guarda il caso, rimane single-per-scelta-di-un-altro, si ravvede sempre e con energia riprende il suo percorso solitario.



La ZITTE differisce anche dalla zitella, ossia da colei che (sempre stereotipando) subisce il suo *status*: è infelice che nessun uomo avanzi, mentre il tempo, inesorabile, si. In sostanza: se la vive malissimo.

La ZITTE è semplicemente sola (talvolta un po' sola).

Una Donna versatile, che sa vivere al meglio gli *status* sovraesposti, qualunque dei due sia, perché entrambi hanno pro e contro (e bastaaaaa coi "beata te!") e ne ha piena consapevolezza.

Potenzialmente, può vivere su un eremo nutrendosi di bacche coltivate da sé con la stessa capacità con la quale può sfornare cibo per un'intera famiglia.

In sostanza, si butta a capofitto nella "modalità" del momento, ne vive ogni attimo, ogni respiro e col sorriso nell'animo del tipo "meglio rimorsi che rimpianti". *Alessandra Vagnoli*

## APPENDICE

- A come Autonomia che x me è sempre stato un obiettivo da raggiungere e che rende liberi
- B come Bagagli intesi come il nostro vissuto
- C come Casa enunciato anche nella nostra Costituzione come diritto, e io per ottenerla ho combattuto tantissimo.
- D come Donne che per me rappresentano la forza del genere umano (almeno alcune donne)
- E come Energia che ognuno di noi dovrebbe avere per fare qualsiasi cosa
- F come Famiglia come un'unione di persone che si vogliono bene e si aiutano amorevolmente non per forza intesa come unione di sangue
- G come Giornalismo e le lotte che ancora fanno le donne.
- H come Haris, il mio pelosetto
- I come Irriverente a volte bisogna esserlo... *perché quando c'è vò c'è vò...*
- L come Lavoro sancito anche lui come diritto dalla Costituzione, ma non scontato per tutti
- M come Mare luogo meraviglioso dove ritrovarmi e perdermi
- N come Nonna mia, donna meravigliosa e forte ricordo indelebile nel mio cuore
- O come Onore parola troppe volte travisata ..per me è riconosciuta sul piano morale e sociale riconducibile a ogni individuo
- P come Potere usato sempre molto male da chi ci rappresenta
- Q come Qualità per me della vita, del lavoro
- R come Rispetto che dovrebbe essere innato in ogni individuo, ma spesso non è così
- T come Tribunale dove tutto si compie
- U come Unità inteso nel senso più completo della parola
- V come Vittoria in ogni ambito personale e no
- Z come Zero inizio e fine

*Laura Bizzicari*